

**INSTITUTO SUPERIOR MIGUEL TORGA**

Escola Superior de Altos Estudos

**Validação da Escala de Memórias Precoces de Calor e  
Segurança em Relação ao Grupo de Pares (EMPCS-Pares)**

DIOGO ANDRÉ FONSECA SEQUEIRA DE ANDRADE

Dissertação de Mestrado em Psicologia Clínica  
Ramo de Especialização em Cognitivo Comportamental

Coimbra, 2015/2016



# **Validação da Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança em Relação ao Grupo de Pares (EMPCS<sub>Pares</sub>)**

DIOGO ANDRÉ FONSECA SEQUEIRA DE ANDRADE

Dissertação Apresentada ao ISMT para Obtenção do Grau de Mestre em Psicologia

Clínica Ramo de Cognitivo Comportamental

Orientadora: Professora Doutora Marina Cunha

Coimbra, 2015/2016

## Agradecimentos

A presente dissertação de mestrado é o resultado da contribuição de algumas pessoas, sem as quais, direta ou indiretamente, a realização da mesma não teria sido possível. Por isso, gostaria de deixar o meu profundo agradecimento:

**À Senhora Professora Doutora Marina Cunha**, pela disponibilidade, ensinamentos, incentivos, ajuda e dedicação incondicional. Pela partilha do saber e valioso contributo na elaboração desta dissertação.

**Aos meus colegas de mestrado**, bem como da licenciatura, pelo apoio, companheirismo, solidariedade e boa disposição.

**Aos meus pais**, Maria Selda e José Sequeira de pelo carinho, amor, dedicação, paciência, por estarem sempre disponíveis a ouvir-me, a reconfortar-me, a aconselhar-me e por me terem apoiado sempre e investido na minha instrução como ser humano, como homem e como profissional.

**À minha namorada**, Telma Carvalheira, por todo o incentivo, carinho, companheirismo e dedicação durante todo este percurso.

A Todos, Muito Obrigada!

## Resumo

A presente investigação pretendeu validar para a população portuguesa de adolescentes a Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança em Relação ao Grupo de Pares (EMPCS<sub>Pares</sub>) bem como ver cumpridos os seus principais objetivos: 1) Adaptação da escala de memórias precoces de calor e segurança (EMPCS), enquanto medida global, para o contexto de interação com o grupo de pares; 2) Explorar a validade de construto através da análise fatorial exploratória (estudo da dimensionalidade); 3) Analisar a consistência interna do instrumento e explorar a qualidade dos itens; 4) Examinar a validade convergente e divergente através da associação com outras variáveis semelhantes e distintas do construto em análise 5). Analisar possíveis efeitos das variáveis sociodemográficas, como a idade, género e escolaridade nos resultados da escala, bem como a sua associação com a perceção global de qualidade de vida; 6) Comparar as memórias precoces emocionais em função da qualidade de vinculação (segura e insegura).

A amostra é constituída por 354 jovens (152 rapazes e 202 raparigas), com idades compreendidas entre os 12 e os 18 anos ( $M = 15,81$ ;  $DP = 1,58$ ) a frequentar o ensino básico e secundário do sistema regular de ensino público (7º ano de escolaridade ao 12º ano de escolaridade). Do protocolo constam os seguintes instrumentos: escala de memórias precoces de calor e segurança no contexto familiar (EMPCS<sub>Família</sub>) e na interação com o grupo de pares (EMPCS<sub>Pares</sub>); escala de auto-compassão (SCS-A); escala de vergonha externa (OAS – A); questionário de vinculação (AQ-C); escala de ansiedade, depressão e *stress* (EADS-21).

Os resultados obtidos mostram que a escala tem uma estrutura unidimensional, possui uma excelente consistência interna, uma estabilidade temporal adequada, assim como uma boa validade convergente e divergente. Revelou igualmente discriminar os jovens com uma vinculação segura dos que apresentam uma vinculação insegura.

Apesar da necessidade de mais estudos, nomeadamente a realizar em amostras clínicas, a EMPCS<sub>Pares</sub> mostrou ser um instrumento robusto e útil na avaliação de memórias emocionais no contexto de interação com os pares, constituindo um contributo relevante para a investigação e prática clínica com adolescentes.

## **Abstract**

This research intends to validate for the Portuguese population of adolescents the Early Memories Scale Heat and Safety Relative to Peer Group (EMPCS<sub>Pares</sub>) and see fulfilled its main objectives: 1) The early warm and security memories scale adaptation (EMPCS), as a global measure for the interaction context with the peer group; 2) Explore the construct validity by exploratory factor analysis (study of dimensionality); 3) To analyze the internal consistency of the instrument and explore the quality of the items; 4) Examine the convergent and divergent validity by association with other similar and different variables of the construct in question 5). Analyze possible effects of sociodemographic variables such as age, gender and education in the scale results, as well as its association with the global perception of quality of life; 6) compare the emotional early memories due to the link quality (secure and insecure).

The sample consists of 354 children (152 boys and 202 girls), aged between 12 and 18 years ( $M = 15.81$ ,  $SD = 1.58$ ) attending basic and secondary education in the regular public education system (7th grade to 12th grade). The Protocol contains the following instruments: Scale of early heat and security memories in the family context (EMPCSFamily) and interaction with the peer group (EMPCSPairs) ; Self - compassion scale (SCS- A); external shame scale (OAS - A); linking questionnaire (AQ- C) ; scale of anxiety, stress and depression (EADS 21) .

The results obtained show that the scale has a one-dimensional structure, has an excellent internal consistency, an adequate temporal stability as well as good convergent and divergent validity. It also showed discriminate young people with a secure attachment of those who have an insecure attachment.

Despite the need for further studies, including the conduct of clinical samples, the EMPCS<sub>Pares</sub> proved to be a robust and useful tool in the evaluation of emotional memories in the context of interaction with peers, constituting an important contribution to research and clinical practice with adolescents.

## **1. Introdução**

Os diversos instrumentos psicológicos são utilizados na prática do psicólogo e dão um contributo relevante no processo de diagnóstico e avaliação psicológica, guiando o estabelecimento de planos de prevenção/intervenção. Entre os diversos instrumentos disponíveis, destacam-se os questionários de autorrelato que são muito utilizados na investigação e prática clínica, dada a sua fácil, célere e económica aplicação. Contudo para que estes instrumentos sejam úteis e eficientes, eles devem passar por estudos que comprovem as suas qualidades psicométricas, assim como devem atender determinadas especificações que garantam reconhecimento e credibilidade por parte da comunidade científica (Noronha & Vendramini, 2003).

Neste sentido, estes instrumentos devem ser previamente adaptados à população alvo a que se destinam e devidamente validados, só assim permitindo avaliar com fidedignidade e confiança os constructos ou dimensões que se propõem avaliar.

Podemos afirmar que o progresso da investigação e da prática clínica passa também pelo desenvolvimento de instrumentos específicos (escalas, inventários, questionários, entrevistas etc.) que enriquecem não só a compreensão de disposições clínicas, como ainda, ao nível da intervenção, permitem avaliar as mudanças produzidas por programas terapêuticos específicos, atestando a sua eficácia.

O presente estudo pretende validar para a população de adolescentes a Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança em relação aos Pares (EMPCS-Pares). Trata-se de uma escala de 21 itens que procuram avaliar as memórias emocionais de experiências positivas na interação com os pares durante a infância. Este instrumento resulta da adaptação da Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança (Ritcher, Gilbert, & McEwan, 2009), a qual avalia as memórias emocionais que o indivíduo tem da sua infância acerca de sentimentos de segurança, carinho, proteção e valorização por parte dos pais ou outras figuras significativas. Este instrumento foi previamente validado para a população portuguesa, tendo evidenciado boas qualidades psicométricas e utilidade na investigação e prática clínica (Cunha, Xavier, Martinho, & Matos, 2013). Nomeadamente, a EMPCS, enquanto medida global de

memórias emocionais positivas, revelou uma excelente consistência interna, uma boa estabilidade temporal e uma associação negativa com a psicopatologia. As memórias emocionais de infância no contexto interação com as figuras significativas mostraram igualmente serem um bom preditor da sintomatologia psicopatológica, podendo ainda funcionar como um fator protetor da manifestação de problemas emocionais na adolescência.

Tendo em conta a importância dos pares, concretamente a qualidade das relações com os jovens da mesma faixa etária no seu desenvolvimento harmonioso, considerámos pertinente modificar este instrumento, focando-se, nesta versão nova, nas relações com os pares, em vez das figuras de vinculação.

Na verdade, a revisão da literatura tem consistentemente mostrado que, entre as tarefas desenvolvimentais próprias da adolescência, pode ser referido um aumento progressivo da autonomia, independência em relação aos pais, e uma crescente importância dos pares no desenvolvimento da identidade, onde a aceitação e a pertença ao grupo de pares desempenha um papel crucial no (des)ajustamento emocional do indivíduo (Steinberg & Morris, 2001).

Por outro lado, diversos estudos (Schore, 1998; Gilbert & Perris, 2000) têm mostrado que as experiências precoces de ameaça e de segurança podem moldar o desenvolvimento emocional subsequente. Por exemplo, a exposição na infância a experiências ameaçadoras (abuso, *bullying*, rejeição, negligência, não ser escolhido, ser alvo de críticas) pode aumentar a vulnerabilidade ao desenvolvimento de psicopatologia ou de sofrimento psicológico na adultez (Gilbert, Baldwin, Irons, Baccus, & Palmer, 2006; Irons, Gilbert, Baldwin, Baccus, & Palmer, 2006). Inversamente, as experiências precoces de calor e segurança estão associadas a indicadores de ajustamento psicológico e a emoções afiliativas (de cuidar, tranquilizar, de calor e afeto) que são fundamentais na regulação dos estados afetivos (Baldwin & Dandeneau, 2005; Gilbert et al., 2006; Richter, et al., 2009). Estas vivências ocorrem, inicialmente, no contexto familiar, onde a relação pais filhos é prioritária, dando lugar a uma progressiva importância da relação com os pares, constituindo-se como um contexto social fundamental ao desenvolvimento afetivo dos jovens. Neste enquadramento, o comportamento dos pais e, posteriormente, o comportamento dos pares pode representar uma grande fonte de desconforto e sofrimento, constituindo-se, assim, como um fator precoce crucial na qualidade do

desenvolvimento emocional e cognitivo das crianças (Gilbert & Perris, 2000; Parker, 1983; Perris, 1994).

À luz destes dados julgamos adequado e profícuo adaptar a escala de memórias emocionais precoces dirigidas, nesta nova versão, para a interação com os pares, procurando simultaneamente analisar as suas qualidades psicométricas e analisar a sua associação com outros construtos relevantes na investigação e prática clínica com adolescentes.

## **2.Método**

### **2.1.Participantes**

Trata-se de uma amostra por conveniência, recolhida em duas escolas do distrito de Coimbra. A amostra é constituída por 354 jovens (152 rapazes e 202 raparigas), com idades compreendidas entre os 12 e os 18 anos ( $M = 15,81$ ;  $DP = 1,58$ ) a frequentar o ensino básico e secundário do sistema regular de ensino público. Relativamente aos anos de escolaridade, variam entre o 7º e o 12º ano, com uma média de 10,29 ( $DP = 1,55$ ). Não há diferenças estatisticamente significativas entre rapazes e raparigas no que respeita à idade ( $p = 0,055$ ) e aos anos de escolaridade ( $p = 0,365$ ).

### **2.2.Instrumentos**

O Protocolo de Avaliação preenchido pelos participantes inclui uma folha de recolha de informação e cinco questionários de autorrelato. Na referida folha são solicitados dados sociodemográficos (idade, anos de escolaridade e género), bem como a perceção global que o adolescente tem da sua vida, comparativamente às pessoas da sua idade. Esta perceção (e.g., “Comparativamente às pessoas da minha idade, sinto que a minha vida é...”) é avaliada numa escala que varia entre 0 (correspondente a “Muito pior que a dos outros”) e 10 (correspondente a “Muito melhor que a dos outros”).

**A escala de avaliação das Memórias Precoces de Calor e Segurança em Relação ao Grupo de Pares para Adolescentes** (EMPCS-Pares; Cunha, Ferreira, Matos, Duarte & Pinto-Gouveia, 2014) é uma escala formada por 21 itens que avalia as memórias emocionais da infância/adolescência em relação ao grupo de



pares/amigos. O participante dispõe de uma escala de resposta que varia entre 0 a 4, sendo 0 “Não, nunca”, 1 “Sim, mas raramente”, 2 “Sim, algumas vezes”, 3 “Sim, frequentemente” e 4 “Sim, a maior parte do tempo”. Quanto maior a pontuação obtida, mais memórias emocionais positivas. As qualidades psicométricas deste instrumento serão alvo de análise detalhada na presente investigação.

**A Escala de Auto Compaixão** (SCS – *Self Compassion Scale*; Neff, 2003; versão portuguesa para adolescentes de Cunha, Xavier, & Vitória, 2013) é um instrumento de autorresposta que procura avaliar a auto – compaixão, enquanto estratégia de regulação emocional adaptativa para lidar com pensamentos, sentimentos indesejados ou desagradáveis e acontecimentos de vida negativos ou dolorosos. A escala é constituída por 26 itens em que as possibilidades de resposta variam entre um e cinco (1 “Quase nunca”, 2 “Raramente”, 3 “Algumas vezes”, 4 “Muitas vezes” e 5 “Quase sempre”). A SCS inclui seis sub – escalas (calor/compreensão; auto – crítica; condição humana; isolamento; *mindfulness*; sobre-identificação) (Neff, Kirkpatrick, & Rude, 2007). A consistência interna da versão inglesa original foi elevada com um valor de *alfa* de Cronbach de 0,92 (Neff, 2003). A versão portuguesa para adolescentes apresentou igualmente uma boa consistência interna para o total da escala ( $\alpha = 0,85$ ) e respetivas dimensões (Cunha, et al., 2013; Cunha, Xavier, & Castilho, 2015). No presente estudo, a consistência interna foi igualmente elevada com um alfa de Cronbach de 0,90 na escala Total (idêntico à original). No que diz respeito às subescalas, revelaram igualmente uma boa consistência interna, embora mais baixas do que a escala Total ( $\alpha_{\text{Calor}} = 0,80$ ;  $\alpha_{\text{Condição humana}} = 0,74$ );  $\alpha_{\text{Mindfulness}} = 0,73$ ;  $\alpha_{\text{Sobre-identificação}} = 0,75$ ;  $\alpha_{\text{Auto-crítica}} = 0,79$ ;  $\alpha_{\text{Isolamento}} = 0,81$ ).

**A Escala de Vergonha Externa para Adolescentes** – versão breve (OASB-A) (Goss, Gilbert, e Allan, 1994; versão para adolescentes de Cunha, Xavier, Cherpe, & Pinto-Gouveia, 2014) tem como objetivo avaliar a perceção que as pessoas têm acerca do modo como os outros as vêem. Esta versão breve é constituída por 8 itens que avaliam a vergonha externa (i.e, julgamentos globais de como as pessoas pensam que os outros as vêem) numa escala de resposta de 5 pontos (0 = “Nunca”, 1 = “Raramente”, 2 = “Às Vezes”, 3 = “Muitas Vezes” e 4 = “Sempre”). A versão

portuguesa apresenta uma boa consistência interna traduzida por um valor de alfa de Cronbach de 0,93 (Cunha, Xavier, Cherpe, & Pinto-Gouveia, 2014). No presente estudo, a OAS revelou igualmente uma excelente consistência interna ( $\alpha = 0,91$ ).

**O Questionário de Vinculação para Crianças** (AQ-C – *Attachment Questionnaire for Children*; Sharpe., et al., 1996; Tradução e adaptação de Cunha, Pinto-Gouveia & Xavier, 2011) avalia a percepção dos jovens relativamente à qualidade de vinculação aos amigos. É composta por 3 itens, sendo que cada descrição representa um dos três estilos de vinculação (seguro, inseguro evitante e inseguro ansiosa/ambivalente).

**A Escala de Ansiedade, Depressão e Stress** (EADS 21; Lovibond & Lovibond, 1995; Versão Portuguesa: Pais-Ribeiro, Honrado, & Leal, 2004) organiza-se em três escalas: depressão, ansiedade e *stress*, incluindo cada uma delas sete itens, fazendo um total de 21.

Cada item consiste numa frase que remete para sintomas emocionais negativos. Pede-se ao sujeito que responda se a afirmação se lhe aplicou “na semana passada”. Para cada frase existem quatro possibilidades de resposta, apresentadas numa escala tipo Likert. Os sujeitos avaliam a extensão em que experimentaram cada sintoma durante a última semana, numa escala de 4 pontos de gravidade ou frequência: “não se aplicou nada a mim”, “aplicou-se a mim algumas vezes”, “aplicou-se a mim de muitas vezes”, “aplicou-se a mim a maior parte das vezes”. A consistência interna obtida na versão portuguesa da EADS foi boa, com valores de alfa de Cronbach de 0,85 para a depressão, de 0,74 para a ansiedade e de 0,81 para a subescala de *stress* (Pais-Ribeiro, Honrado, & Leal, 2004). No nosso estudo, verificaram-se os seguintes valores de consistência interna:  $\alpha_{\text{Depressão}} = 0,89$ ;  $\alpha_{\text{Ansiedade}} = 0,79$ ;  $\alpha_{\text{Stress}} = 0,88$ ).

**A Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança para Adolescentes** (EMWSS-A) (Richter, Gilbert, & McEwan, 2009; versão para adolescentes: Cunha, Xavier, Martinho & Matos, 2014) explora memórias emocionais da infância avaliando a recordação de sentimentos de calor, segurança e afeto na interação com a família ao longo da infância. É uma escala unidimensional constituída por 21 itens. A

versão portuguesa para adolescentes revelou um *alfa* de Cronbach de 0,95 podendo concluir que a consistência interna desta escala é muito boa. Na amostra do presente estudo a EMWSS-A evidenciou um alfa de Cronbach de 0,96.

## **2.3.Procedimento**

### **Procedimento metodológico**

Foi constituído um protocolo com os diversos questionários de autorresposta para medir as variáveis em estudo. Prosseguiu-se com a administração do protocolo em duas escolas públicas de meio urbano, situadas na região de Coimbra.

O projeto de investigação foi, previamente, submetido à avaliação da Direção Geral da Educação (DGE), seguindo-se, posteriormente o contacto com as escolas a solicitar autorização para a realização do estudo. No momento seguinte procedeu-se à recolha do consentimento dos encarregados de educação dos alunos, bem como a do consentimento informado dos participantes.

De acordo com as exigências éticas, foi enfatizado o carácter voluntário, anónimo e a possibilidade de desistência da colaboração na investigação. Todos os participantes foram informados acerca da natureza do estudo e assegurada a utilização de dados apenas para fins de investigação.

Os instrumentos foram passados em grupo (turmas), demorando o seu preenchimento cerca de 15 minutos.

### **Procedimento estatístico**

Na análise dos dados recorreu-se ao *software* estatístico SPSS versão 20.0.

Entenda-se que neste estudo foram consideradas diferenças estatisticamente significativas, todos os valores com nível de significância inferior a 0,05 (Howell, 2006).

Análises preliminares foram realizadas com vista à avaliação do pressuposto da distribuição normal dos dados. A normalidade das variáveis em estudo foi examinada a partir do teste Kolmogorov-Smirnov e dos valores de Achatamento e de Assimetria obtidos.

A análise da dimensionalidade foi realizada através de uma Análise Fatorial Exploratória, tendo-se optado pela Análise em Componentes Principais (ACP) já que

se pretendia verificar o agrupamento das variáveis em componentes, tendo em conta a variância total disponível (Tabachnic & Fidell, 2001).

A consistência interna dos vários instrumentos de autorresposta foi calculada através do alfa de Cronbach, uma vez que é considerada uma boa estimativa de fidelidade de um teste. A qualidade dos itens foi examinada através do cálculo da correlação do item com o total da escala, exceto o próprio item (Nunnally, 1978).

Foram calculados os coeficientes de correlação paramétricos de Pearson no estudo da estabilidade temporal (fidelidade teste-reteste) da escala e na análise da sua validade divergente e convergente.

Na comparação dos valores médios das memórias precoces de calor e segurança em função dos três grupos de vinculação recorreu-se à análise da variância (ANOVA<sub>Oneway</sub>) e aos testes de Tukey para localizar as diferenças significativas entre os grupos. Previamente foram verificados os pressupostos da ANOVA, nomeadamente o tamanho dos grupos de comparação ( $N > 30$ ), e o teste de homogeneidade das variâncias analisado através do teste de Levene.

Na interpretação da magnitude das correlações entre as variáveis, foi tida em conta a classificação de Pestana e Gageiro (2005), segundo a qual são consideradas correlações muito baixas as que se situam abaixo de 0,20; baixas entre 0,20 e 0,39; moderadas entre 0,40 e 0,69; altas entre 0,70 e 0,89 e muito altas entre 0,90 e 1.

Para medir a dimensão do efeito (i.e. da magnitude das diferenças encontradas entre os grupos em comparação) calculou-se o  $\eta^2$  (*Eta squared*) interpretado de acordo com as diretrizes de Cohen (1988, pp. 284-287 citado por Pallant, 2010), considerando-se um valor de 0,01 como indicador de um efeito pequeno, 0,06 como indicador de um efeito moderado e 0,14 como indicador de um amplo efeito.

### **3.Resultados**

#### **3.1. Análise da Dimensionalidade**

No sentido de perceber qual a estrutura em componentes da EMPCS<sub>Pares</sub>, e quais as contribuições de cada item para cada fator, procedeu-se a uma análise fatorial exploratória (AFE), através da utilização do método de componentes principais.

A AFE permitiu, inicialmente, obter 2 componentes com *eigenvalues* superiores a 1 que explicavam no seu conjunto 63% da variância, explicando o primeiro componente a maioria da variância, 57,84%. Neste primeiro modelo todos os itens apresentaram saturações fatoriais mais elevadas no primeiro componente (valores de saturação superiores a 0,60), sugestivo de um modelo unidimensional. Este dado foi corroborado pela exploração do *scree test* de Catell o qual apontava para a retenção de um fator. A análise foi repetida e forçada a um fator. A solução unidimensional apresenta bons indicadores de adequação de matriz (Kaiser-Mayer-Olkin –  $KMO = 0,97$ ; e índice de esfericidade de Bartlett  $X^2_{(210)} = 5473,273$ ,  $p < 0,001$ ), e todos os itens revelam comunalidades superiores a 0,43 e saturações fatoriais entre 0,66 e 0,84, permitindo ainda explicar 58% da variância (Tabela 2 ).

**Tabela 1**

*Saturações fatoriais e comunalidades para os itens da EMPCS<sub>Pares</sub> na solução de um fator a partir de uma Análise de Componentes Principais.*

<i>Item</i>	<i>Saturação Fatorial</i>	<i>Comunalidades</i>
1. Sentia-me seguro(a) e protegido(a) com o meu grupo de amigos.	0,74	0,55
2.Sentia que os meus amigos me valorizavam pela minha maneira de ser.	0,74	0,54
3. Sentia-me compreendido(a) pelos meus amigos.	0,71	0,50
4. Sentia-me aconchegado(a) quando estava com o meu grupo de amigos.	0,77	0,59
5. Sentia-me à vontade para partilhar os meus sentimentos e pensamentos com os meus amigos	0,71	0,51
6.Sentia que o meu grupo de amigos apreciava (gostava) da minha companhia	0,81	0,65
7. Sentia que podia contar com a empatia e a compreensão dos meus amigos quando estava triste ou infeliz	0,70	0,49
8. Sentia-me calmo(a) e em paz quando estava com os meus amigos.	0,67	0,44
9. Sentia que era um membro (elemento) querido no	0,76	0,58

---

meu grupo de amigos.		
10. Conseguia facilmente ser amparado/confortado(a) pelos meus amigos quando estava triste	0,73	0,54
11. Sentia-me amado(a) pelos meus amigos.	0,84	0,71
12. Sentia-me à vontade para recorrer aos meus amigos para pedir ajuda ou conselhos.	0,79	0,63
13. Sentia-me integrado(a) no grupo de amigos que valorizava.	0,83	0,68
14. Sentia-me amado(a) mesmo quando os meus amigos estavam aborrecidos com algo que eu tinha feito	0,70	0,49
15. Sentia-me feliz quando estava na companhia dos meus amigos.	0,75	0,56
16. Sentia-me emocionalmente ligado(a) aos meus amigos.	0,75	0,56
17. Sabia que podia contar com os meus amigos para me consolarem quando estava aborrecido(a) ou preocupado(a).	0,83	0,69
18. Sentia que os meus amigos se preocupavam comigo.	0,83	0,68
19. Tinha um forte sentimento de pertença ao meu grupo de amigos.	0,83	0,68
20. Sabia que podia contar com a ajuda dos meus amigos sempre que precisava.	0,79	0,63
21. Sentia-me descontraído(a) quando estava na companhia dos meus amigos.	0,66	0,43

---

### 3.2 Análise dos itens e Consistência Interna

Com o objetivo de se determinar a consistência interna, calculou-se o alfa de Cronbach para a totalidade dos itens do questionário, EMPCS-P, revelando esta escala uma excelente consistência interna com um valor de  $\alpha = 0,96$ .

As médias, desvios-padrão da EMPCS<sub>Pares</sub> são apresentados na Tabela 2.

*Tabela 2*

*Médias, desvios-padrão, correlações item-total corrigidas e alfas de Cronbach se eliminado o item relativos à EMPCS<sub>Pares</sub>.*

Itens	<i>M</i>	<i>DP</i>	Correlação item- total corrigida	$\alpha$ se eliminado o item
1. Sentia-me seguro(a) e protegido(a) com o meu grupo de amigos.	3,33	0,82	0,71	0,96
2. Sentia que os meus amigos me valorizavam pela minha maneira de ser.	3,06	0,89	0,71	0,96
3. Sentia-me compreendido(a) pelos meus amigos.	2,87	0,90	0,68	0,96
4. Sentia-me aconchegado(a) quando estava com o meu grupo de amigos.	3,28	0,80	0,74	0,96
5. Sentia-me à vontade para partilhar os meus sentimentos e pensamentos com os meus amigos	2,82	1,06	0,68	0,96
6. Sentia que o meu grupo de amigos apreciava (gostava) da minha companhia	3,23	0,83	0,78	0,96
7. Sentia que podia contar com a empatia e a compreensão dos meus amigos quando estava triste ou infeliz	3,17	0,88	0,67	0,96
8. Sentia-me calmo(a) e em paz quando estava com os meus amigos.	3,23	0,76	0,63	0,96
9. Sentia que era um membro (elemento) querido no meu grupo de amigos.	3,08	0,90	0,73	0,96
10. Conseguia facilmente ser	2,98	0,94	0,71	0,96

amparado/confortado(a)  
pelos meus amigos quando  
estava triste

11. Sentia-me amado(a) pelos meus amigos.	2,99	0,87	0,82	0,96
12. Sentia-me à vontade para recorrer aos meus amigos para pedir ajuda ou conselhos.	2,99	0,97	0,77	0,96
13. Sentia-me integrado(a) no grupo de amigos que valorizava.	3,27	0,84	0,80	0,96
14. Sentia-me amado(a) mesmo quando os meus amigos estavam aborrecidos com algo que eu tinha feito	2,62	0,98	0,67	0,96
15. Sentia-me feliz quando estava na companhia dos meus amigos.	3,51	0,70	0,72	0,96
16. Sentia-me emocionalmente ligado(a) aos meus amigos.	3,24	0,84	0,72	0,96
17. Sabia que podia contar com os meus amigos para me consolarem quando estava aborrecido(a) ou preocupado(a).	3,14	0,88	0,81	0,96
18. Sentia que os meus amigos se preocupavam comigo.	3,23	0,84	0,80	0,96
19. Tinha um forte sentimento de pertença ao meu grupo de amigos.	3,10	0,89	0,80	0,96
20. Sabia que podia contar com a ajuda dos meus amigos sempre que precisava.	3,22	0,85	0,77	0,96
21. Sentia-me descontraído(a) quando estava na companhia dos	3,40	0,79	0,62	0,96



meus amigos.

TOTAL	62,36	13,85	$\alpha_{\text{global}} = 0,96$
-------	-------	-------	---------------------------------

A análise da qualidade dos itens revela a existência de correlações entre todos os itens (que variam entre 0,39 e 0,70) e de correlações item-total moderadas a elevadas (0,60 e 0,82). A leitura do indicador de alfa de Cronbach caso o item seja eliminado revela que a exclusão de qualquer item não incrementa o valor indicador de consistência interna (cf. Tabela 2), confirmando a excelente consistência interna da escala na sua globalidade ( $\alpha_{\text{global}} = 0,96$ ).

### 3.3 Estabilidade temporal (fidelidade teste-reteste)

Com o objetivo de analisar a estabilidade temporal, administrou-se, novamente, cerca de 3 semanas mais tarde (média de 18 dias), a EMPCS<sub>Pares</sub> a um grupo de 89 adolescentes (44 rapazes e 45 raparigas) da amostra inicial. Obteve-se uma correlação positiva elevada e estatisticamente significativa ( $r = 0,86$ ;  $p < 0,001$ ), o que sugere uma estabilidade temporal muito boa deste instrumento.

### 3.4 Validade convergente e divergente

Para analisar a validade convergente e divergente, foram realizadas correlações de Pearson entre a EMPCS<sub>Pares</sub> e os restantes instrumentos de medida (EMPCS<sub>Família</sub>, vergonha externa, auto-compaixão e as sub-escalas de Depressão, Ansiedade e Stress da EADS-21). Como se pode verificar na Tabela 3, os coeficientes de correlação, todos estatisticamente significativos ao nível de 0,01, variam entre 0,77 e -0,58.

Tabela 3

*Matriz de correlações entre os totais da EMPCS<sub>Pares</sub>, da EMPCS<sub>Família</sub>, da OAS, da SCS e as subescalas da Ansiedade, Depressão e Stress.*

Variables	1	2	3	4	5	6
1. EMPCS <sub>Pares</sub>	1					
2. EMPCS <sub>Família</sub>	0,57**	1				

<b>3. OAS</b>	-0,52**	-0,52**	1			
<b>4. SCS<sub>Total</sub></b>	0,31**	0,39**	-0,49**	1		
<b>5. EADS-21<sub>Depressão</sub></b>	-0,40**	-0,41**	0,54**	-0,58**	1	
<b>6. EADS-21<sub>Ansiedade</sub></b>	-0,33**	-0,33**	0,37**	-0,41**	0,69*	1
<b>7. EADS 21<sub>Stress</sub></b>	-0,27**	-0,30**	0,38**	-0,49**	0,71**	0,77**

Nota.

\*\*  $p < 0,001$

EMPCS<sub>Pares</sub> = Escala de Memórias de Calor e Segurança com os Pares;; EMPCS<sub>Família</sub> = Escala de Memórias de Calor e Segurança na interação com a família; OAS = *Other as a Shamer*; SCS = *Self-compassion Scale*; EADS-21 = Escala de Ansiedade, Depressão e Stress-21 itens

No que respeita à validade convergente, a EMPCS<sub>Pares</sub> apresenta um coeficiente de correlação moderado positivo e estatisticamente significativo com o total da EMPCS<sub>Família</sub> ( $r = 0,51$ ;  $p < 0,001$ ) e com a SCS ( $r = 0,31$ ,  $p < 0,001$ ). Estes resultados mostram que as memórias emocionais positivas na interação com os pares estão positiva e significativamente associadas às memórias emocionais precoces no contexto familiar e à auto-compaixão, sendo estas magnitudes de correlação indicadoras de que estas medidas avaliam construtos diferentes, embora correlacionados.

Relativamente à validade divergente, a EMPCS<sub>Pares</sub> apresentou valores de correlação baixos a moderados com a vergonha ( $r = -0,52$ ), depressão ( $r = -0,40$ ), ansiedade ( $r = -0,33$ ) e stress ( $r = -0,27$ ), sendo esta associação negativa e significativa.

### 3.5 Associação entre as memórias precoces de calor e segurança e as variáveis sociodemográficas (sexo, idade e anos de escolaridade) e perceção da qualidade de vida

O sexo, idade e anos de escolaridade não evidenciaram uma associação estatisticamente significativa com as memórias de calor e segurança relativas aos pares ( $r = -0,01$ ,  $r = -0,04$  e  $r = -0,4$ , respetivamente). Já a perceção da qualidade de vida comparativamente aos pares, mostrou uma associação positiva e significativa, de efeito moderado, ( $r = 0,34$ ,  $p < 0,001$ ) com a EMPCS<sub>Pares</sub>. Por outras palavras, uma

percepção mais elevada de qualidade de vida está associada a mais memórias de calor e segurança com os pares na infância e adolescência.

### 3.6 Comparação das Memórias Precoces de Calor e Segurança em Função dos Estilos de Vinculação

Com base na resposta ao questionário de vinculação (AQ-C), foram obtidos três grupos distintos no que respeita à qualidade de vinculação, nomeadamente o grupo de vinculação segura (N = 194), o grupo de vinculação insegura Evitante (N = 83) e o grupo correspondente ao estilo de vinculação Insegura Ambivalente (N = 76).

*Tabela4*

Comparação dos valores médios das memórias emocionais positivas relativas aos pares e à família (N=353).

	Vinculação Segura (N=194 )		Vinculação Insegura Evitante (N=83)		Vinculação Insegura Ambivalente (N= 76 )				
	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>M</i>	<i>DP</i>	<i>F</i>	<i>p</i>	<i>Eta</i> <sup>2</sup>
EMPCS <sub>Pares</sub>	67,80	9,16	57,74	15,56	55,18	13,37	40,35	0,000	0,19
EMPCS- Família	69,67	10,89	57,37	16,08	54,97	17,04	42,71	0,000	0,19

*Nota.* EMPCS = Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança;

Comparados os valores médios das memórias precoces destes três grupos de adolescentes, através de uma ANOVA<sub>Oneway</sub>, verifica-se que estes se distinguem significativamente no que respeita às EMPCS<sub>Pares</sub> [ $F_{(2,351)} = 40,35$ ,  $p < 0,001$ ] e às EMPCS<sub>Família</sub> [ $F_{(2,351)} = 42,71$ ,  $p < 0,001$ ], sendo amplo o tamanho do efeito, de acordo com Coehen (1988, cit. in Pallant, 2010). Utilizados os testes de Tukey para localizar as diferenças significativas entre os grupos, verifica-se que os adolescentes que apresentam uma vinculação segura apresentam significativamente mais memórias de calor e segurança, quer com os pares, quer no contexto familiar, que os jovens com uma vinculação insegura evitante ( $p < 0,001$ ) e que os jovens com uma vinculação

insegura ambivalente ( $p < 0,001$ ). Por sua vez, os grupos de vinculação insegura (evitante e ambivalente) não se diferenciam significativamente entre si no que respeita às memórias precoces de calor e segurança (EMPCS<sub>Pares</sub> e EMPCS<sub>Família</sub>).

#### **4. Discussão**

O presente estudo teve como objetivo primordial validar para a população portuguesa de adolescentes a Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança em Relação ao Grupo de Pares (EMPCS<sub>Pares</sub>).

A análise fatorial mostrou que a EMPCS<sub>Pares</sub> é uma escala unidimensional, revelando todos os itens cargas fatoriais elevadas. Estes dados são semelhantes aos encontrados no estudo da EMPCS<sub>Família</sub> (Cunha et al, 2014). No geral, a EMPCS<sub>Pares</sub> obteve uma consistência interna muito boa, com um alfa de Cronbach de 0,96, o que sugere que a escala é fidedigna para medir o constructo que pretende avaliar. Revelou igualmente uma boa estabilidade temporal, evidenciada pela associação significativa e elevada entre os resultados obtidos nos dois momentos temporais com três semanas de intervalo.

No estudo da validade convergente e divergente, foram encontrados os resultados no sentido esperado, ou seja as memórias de calor e segurança na interação com os pares mostraram-se positivamente associadas às memórias emocionais positivas na interação com a família, bem como às competências de auto-compaixão. Por outras palavras, sentimentos de calor, afeto, segurança valorização por parte dos pares experienciados na infância estão associados a mais memórias emocionais positivas relativamente à família e a uma maior capacidade de compreensão, de aceitação e de suporte para lidar com o seu sofrimento (medida pela Escala de Auto-compaixão). Inversamente, sentimentos de calor segurança e afeto na relação com os pares estão negativamente associados à percepção de existir negativamente na mente dos outros como inadequado, inferior ou defeituoso (vergonha externa) e aos estados emocionais negativos (ansiedade, depressão e stress). Estes dados corroboram estudos anteriores que evidenciaram o papel relevante dos pares no ajustamento psicológico dos adolescentes (Gilbert & Irons, 2009; Wolfe & Mash, 2006; Freeman & Bradford, 2001).

Quanto ao papel das variáveis sociodemográficas, os resultados indicaram que o sexo, idade e anos de escolaridade não apresentavam qualquer associação estatisticamente significativa com as memórias de calor e segurança relativas aos pares. Já a percepção da qualidade de vida mostrou uma associação positiva e significativa, de efeito moderado, com as memórias emocionais precoces. Ou seja, verifica-se que os adolescentes que referem mais memórias de calor, segurança e afeto na infância no contexto da interação com os pares, percebem a sua vida com melhor qualidade.

Por último, na comparação dos grupos dos três tipos de vinculação, os adolescentes com uma vinculação segura apresentaram significativamente mais memórias emocionais positivas, quer com a família, quer com os pares, quando comparados com os adolescentes classificados com uma vinculação insegura. Estes resultados no seu conjunto permitem inferir a importância das experiências precoces, nomeadamente os sentimentos de afeto, calor, segurança, aceitação na interação com os pares, no desenvolvimento harmonioso dos adolescentes.

#### **4.1.Limitações e pesquisas futuras**

O presente estudo apresenta algumas limitações metodológicas. Uma delas prende-se com uma distribuição desigual dos participantes pelo ensino básico e secundário, sendo a amostra do ensino secundário maior que a amostra de jovens que frequenta o ensino básico. Outras pesquisas poderão analisar a utilidade deste instrumento em amostras do ensino básico, ou seja, em faixas etárias inferiores.

Uma segunda limitação tem a ver com a natureza transversal e correlacional do estudo, não permitindo o estabelecimento de relações causais entre as variáveis. Nesse sentido seria recomendável a realização de estudos prospetivos que permitam obter uma melhor compreensão acerca da direccionalidade das relações.

Pesquisas futuras deverão igualmente recorrer a outros procedimentos de avaliação, para além dos questionários de auto-resposta, como por exemplo a utilização de entrevistas estruturadas, ou de outros informadores (e.g., pais, professores), de modo a aceder a informação mais precisa e abrangente acerca dos fatores em estudo.

#### **5.Conclusão**

De facto é indubitável que os instrumentos de autorresposta têm um papel fundamental no processo de avaliação/intervenção e de investigação clínica, uma vez que permitem com facilidade, de forma fidedigna e válida, ter acesso a formas de pensar, sentir e agir dos sujeitos. Independentemente das reservas referidas anteriormente a EMPCS<sub>Pares</sub> revelou-se um instrumento fidedigno e válido para avaliação das memórias precoces de calor e segurança na interação com os pares, contribuindo, assim, para a avaliação psicológica de crianças/adolescentes.

## **Referência Bibliográficas**

Baldwin, M.W., & Dandeneau, S.D. (2005). Understanding and modifying the relational schemas underlying insecurity. In M.W. Baldwin (Ed.), *Interpersonal cognition* (pp. 33–61). New York: Guilford.

Benson, P. L. (2003). Developmental assets and asset building communities: Conceptual and empirical foundations. In R. M. Lerner, & P. L. Benson (Eds.), *Developmental assets and asset-building communities: Implications for research, policy, and practice* (pp. 19-43). Norwell, MA: Kluwer Academic.

Brooks, S. J., & Kutcher, S. (2001). Diagnosis and measurement of depression: a review of commonly utilized instruments. *Journal of Child and Adolescent Psychopharmacology*, 11(4), 341-376. doi: doi:10.1089/104454601317261546.

Brown, B. B. (2005). Moving forward with research on adolescence: Some reflections on the state of *JRA* and the state of the field. *Journal of Research on Adolescence*, 15, 657-673.

Cunha, M., Xavier, A., Cherpe, S., & Pinto-Gouveia, J. (2014). *Psychometric studies of the Other as Shamer Scale for Adolescents - brief version (OASB-A)*. Paper

presented at the Revista de Saúde Pública, 48 (n.esp: 2nd IPLeiria Internacional Health Congress | Challenges & Innovation in Health). Leiria, Portugal.

Cunha, M., Ferreira, C., Matos, M., Duarte, C. & Pinto-Gouveia, J. (2014). *A versão para Adolescentes da Escala de Memórias Precoces de Calor e Segurança em relação ao grupo de Pares* (Manuscrito não publicado). Coimbra, CINEICC, FPCE da Universidade de Coimbra.

Cunha, M., Pinto-Gouveia, J. & Xavier, A. (2011). A versão portuguesa do *Attachment Questionnaire for Children* (AQ-C). (Manuscrito não publicado). Coimbra, CINEICC, FPCE da Universidade de Coimbra.

Cunha, M., Xavier, A., & Castilho, P. (2015). Understanding self-compassion in adolescents: Validation study of the Self-Compassion Scale. *Personality and Individual Differences*(93), 56-62. doi: <http://dx.doi.org/10.1016/j.paid.2015.09.023>

Cunha, M., Xavier, A., & Vitória, I. (2013). Avaliação da auto-compaixão em adolescentes: Adaptação e qualidades psicométricas da Escala de Auto-Compaixão (Assessment of self-compassion in adolescents: Adaptation and psychometric properties of the Self-Compassion Scale). *Revista de Psicologia da Criança e do Adolescente (Journal of Child and Adolescent Psychology)*, 4(2), 95-117.

Cunha, M., Xavier, A., Martinho, I., & Matos, M. (2014). Measuring positive emotional memories in adolescents: Psychometric properties and confirmatory factor analysis of the Early Memories of Warmth and Safeness Scale. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 14(2), 245-259.

Freeman, H., & Brown, B. B. (2001). Primary attachment to parents and peers during adolescence: Differences by attachment style. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(6), 653–674. doi:10.1023/A:1012200511045.

Heinrich, L., & Gullone, E. (2006). The clinical significance of loneliness: A literature review. *Clinical Psychology Review*, 26, 695-718.

Gilbert, P., & Perris, C. (2000). Early experiences and subsequent psychosocial adaptation. An introduction. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 7(4), 243-245. doi:10.1002/1099-0879(200010)7:4<243::AID-CPP254>3.0.CO;2-H

Gilbert, P., Baldwin, M.W., Irons, C., Baccus, J.R., & Palmer, M. (2006). Self-criticism and self-warmth: An imagery study exploring their relation to depression. *Journal of Cognitive Psychotherapy: An International Quarterly*, 20(2), 183-200. doi:10.1891/jcop.20.2.183

Gilbert, P., & Irons, C. (2009). Shame, self-criticism, and self-compassion in adolescence. In N Allen (Ed.), *Psychopathology in Adolescence*. Cambridge: Cambridge University Press.

Howell, D. (2006). *Statistical methods for psychology* (6th ed.). USA: Thomson Wadsworth.

Irons, C., Gilbert, P., Baldwin, M.W., Baccus, J.R., & Palmer, M. (2006). Parental recall, attachment relating and self-attacking/ self-reassurance: Their relationship with depression. *British Journal of Clinical Psychology*, 45, 297-308. doi: 10.1348/014466505X68230

Larson, R. W., Wilson, S., & Mortimer, J. T. (2002). Conclusions: Adolescents' preparation for the future. *Journal of Research on Adolescence*, 12, 159-166.



Lovibond, P., & Lovibond, S. (1995). The structure of negative emotional states: Comparison of the depression anxiety stress scales (DASS) with the Beck Depression and Anxiety Inventories. *Behaviour Research and Therapy*, 33(3), 335-343.

Pais-Ribeiro, J., Honrado, A., & Leal, I. (2004). Contribuição para o estudo de adaptação portuguesa das Escalas de Ansiedade, Depressão e Stress (EADS) de 21 itens de Lovibond e Lovibond. *Psicologia, Saúde & Doenças*, 5 (1), 229-239.

Neff, K. (2003). The development and validation of scale to measure self – compassion. *Self and Identity*, 2, 223 – 250.

Neff, K, & McGehee, P. (2010). Self – compassion resilience among adolescents and young adults. *Self and Identity*, 9, 225 – 240.

Noronha, A. & Primi, R. & Alchieri, J. (2005). *Instrumentos de avaliação mais conhecidos/utilizados por psicólogos e estudantes de Psicologia*. *Psicologia: Reflexão e Crítica*, v. 18, n. 3, p. 390-401.

Nunnally, J. (1978). *Psychometric theory* (2ª ed.). USA: McGraw Hill.

Pallant, J. (2010). *Spss Survival Manual: A step by step guide to data analysis using SPSS*: McGraw-Hill Education.

Parker, G. (1983). *Parental overprotection: A risk factor in psychosocial development*. New York: Grune and Stratton.

Perris, C. (1994). Linking the experience of dysfunctional parental rearing with manifest psychopathology: A theoretical framework. In C. Perris, W.A. Arrindeu, & M. Eisemann (Eds), *Parenting and psychopathology* (pp. 3–32). Chichester: John Wiley and Sons.

Pestana, M.H. e Gageiro, J.N. (2005): Análise de dados para ciencias sociais: a complementariedade do SPSS. Lisboa, Edições Sílabo.

Richter, A., Gilbert, P., & McEwan, K. (2009). Development of an early memories of warmth and safeness scale and its relationship to psychopathology. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 82, 171-184. doi:10.1348/147608308X395213

Roth, J., & Brooks-Guhn, J. (2003). What exactly is a youth development program? Answers from research and practice. *Applied Developmental Science*, 7, 14-11.

Schore, A. N. (1998). Early shame experiences and infant brain development. In P. Gilbert & B. Andrews (Eds.), *Shame: Interpersonal Behavior, Psychopathology and Culture* (pp. 57-77). New York: Oxford University Press.

Steinberg, L., & Morris, A. S. (2001). Adolescent development. *Annual Review of Psychology*, 52, 83-110.

Tabachnick, B., & Fidell, L. (2007). Using Multivariate Statistics. New York: Pearson Education Inc.

Theokas, C., & Lerner, R. M. (2006). Promoting positive development in adolescence: The role of ecological assets in families, schools, and neighbourhoods. *Applied Developmental Science*, 10, 61-74.

Wolfe, D. A., & Mash E. J. (2006). Behavioral and Emotional Disorders in Adolescents. London: Guilford Press.

## **7. Anexos**

### **ANEXO A**

---

Protocolo de Investigação